

Índice

Agradecimentos	13
Prefácio	15
Introdução	21

PRIMEIRA PARTE

Capítulo I – A saúde – A procura de uma visão holística	27
Saúde, o que é?	27
Cuidar ou tratar – Valor e papel da prevenção	28
A Homeostasia ou Homeostase	28
A Prevenção	30
A Despistagem não é uma prevenção	31
A linguagem do corpo humano e seu significado	32
O Princípio da simbologia das doenças	34
Capítulo II – Energia, alimentação e saúde	35
A importância e o papel da “Energia humana”	35
Métodos para avaliar o nível energético	37
Influência e papel da Música no campo energético	40
Como surgem as doenças	41
Como se instala a doença em sete fases	42
A Alimentação – Vitaminas e Suplementos	44
O cloreto de magnésio – Um nutriente essencial	47
O Iodo – outro nutriente essencial	50
Qual o sentido da doença?	51

Capítulo III – A descodificação biológica da doença	59
“Descodificação biológica” das doenças –	
Uma nova abordagem Biológica e Psicossomática	59
O sentido biológico das doenças	63
Fundamento biológico da emoção	64
Fundadores da “Descodificação Biológica” e da “Nova Medicina”	66
Capítulo IV – As sete questões para alcançar a cura ou uma forma alternativa de considerar a doença	69
Capítulo V – O Poder da Mente Sobre a Matéria	81
Doenças do corpo e da mente	81
Doenças do cérebro – Doenças da mente	84
O comando do sistema nervoso	87
A Inteligência – O stress	88
Interação entre a mente e o corpo	90
A depressão: doença do cérebro ou da consciência?	91
Cronicidade das doenças	92
O Pensamento positivo – O optimismo – A Imaginação	93
Contributo da “Arte” em Terapia	96
Capítulo VI – As bases espirituais da medicina	105
A medicina do futuro – A medicina espiritual	106
A via do equilíbrio e da harmonia	106
Uma visão espiritual sobre a prática da medicina na actualidade – “As bases espirituais da medicina”	111
Tratamentos em harmonia com a Natureza	113
Capítulo VII – O mundo da “Harmonia Psíquica” e a relação entre “Harmonia e Saúde”	117
Actividades fundamentais do Ser Humano	117
Os corpos psíquicos do Ser Humano	118
Corpo, alma e espírito – Forma, conteúdo e sentido	119
O mundo da “Harmonia”	121

Capítulo I – Ci
A cooperaç
A “Equaçã
A fé é boa p
Religião ou
O sentido d
O Livre Arb
O Pensame
Os quatro c
A importân
A procura d
Insatisfaçã

Capítulo II – O
A Evoluçã
A Nova Fís
O Efeito da

Capítulo III – I
Como o céreb
Introdução:
Como o cér
O Contágio
Mente e ma
A energia s

Epílogo – Para
Um convite ao

Medicinas alte
Medicinas A
Naturopatia
A Medicina

SEGUNDA PARTE

Capítulo I – Ciência e espiritualidade	127
A cooperação, chave da evolução	129
A “Equação de Deus”	130
A fé é boa para a saúde	131
Religião ou espiritualidade.....	132
O sentido da vida.....	133
O Livre Arbítrio	135
O Pensamento é Criador	135
Os quatro códigos de vida de acordo com a Sabedoria Tolteca	136
A importância de possuir um objectivo na vida	138
A procura do sentido da vida	140
Insatisfação e culpabilidade	141
Capítulo II – O poder e força da crença	143
A Evolução – Seguir o exemplo das células.....	145
A Nova Física	147
O Efeito da Crença	148
Capítulo III – Da matéria à mente –	
Como o cérebro cria a realidade material	151
Introdução: Mente e metafísica encontram-se	152
Como o cérebro molda o mundo	153
O Contágio emocional molda o mundo	154
Mente e matéria.....	155
A energia subtil – A Consciência global colectiva	156
Epílogo – Para onde nos leva a mente a seguir?	159
Um convite ao leitor	161

ANEXOS

Medicinas alternativas antigas e actuais	167
Medicinas Alternativas	167
Naturopatia	168
A Medicina Alopática	169

A Medicina Naturista e a Fitoterapia	170
A Medicina Ayurvédica	171
A Medicina Tradicional Chinesa	171
A Homeopatia.....	174
Medicinas Alternativas antigas e actuais II	175
A Quiropraxia	175
Reflexologia	176
Massagem Do-in	176
Massagem de Drenagem Linfática	177
Energia electromagnética.....	179
Sistema Imunitário.....	179
O jejum intermitente	182
Bibliografia	187